SESIÓN DE APRENDIZAJE Nº 6

I. Datos informativos:

Fecha: Para el 12/02/2011
Tema: **LOS BUENOS PENSAMIENTOS**

II. Aprendizaje esperado: Saber que los pensamientos se relacionan con la conducta y estados de ánimo

Capacidades		
SABER	SENTIR	HACER
Saber la relación existente entre los pensamientos, la conducta y estados de ánimo	Sentir que Dios conoce nuestros pensamientos y quiere renovarlos	Permitir que Dios dirija nuestros pensamientos y cultivar hábitos saludables

III. Desarrollo de las actividades

Secuencia metodológica	Estrategias Metodológicas	Tiempo
INICIO • Motivación • Saberes Previos • Conflicto Cognitivo	• Pide a los miembros de tu clase que participen de la siguiente actividad: Cierren los ojos e imaginen que un limón es cortado por la mitad. Luego se lleva el limón a la boca y exprime el jugo, saboréelo. • Abra los ojos y relate sus reacciones. • ¿Por qué su organismo reaccionó ante las instrucciones, si el limón no existía? ¿Qué relación hay entre las palabras que expresé y las reacciones físicas que Uds. sintieron? ¿Qué relación hay entre las palabras, el cuerpo y el pensamiento? ¿Qué es el pensamiento? Según el diccionario de la Real Academia Española, pensamiento es el conjunto de ideas propias de una persona o colectividad. El pensamiento es aquello que es traído a la existencia a través de la actividad intelectual, es el producto de la mente que puede surgir mediante actividades racionales del intelecto o por abstracciones de la imaginación. El pensamiento puede implicar una serie de operaciones racionales, como el análisis, la síntesis, la comparación, la generalización y la abstracción. El pensamiento se refleja en el lenguaje, la conducta. El lenguaje es el encargado de transmitir los conceptos, juicios y raciocinios del pensamiento, la conducta es la manifestación visible del pensamiento. • La Biblia enseña que hay una conexión entre los pensamientos y las acciones (Luc. 6:45). Los buenos pensamiento son saludables y proveen integridad: “Misericordia y verdad alcanzarán los que piensan el bien” (Prov. 14:22) • En el contexto de Romanos 7:15 ¿Crees que los malos pensamientos podrán ser eliminados de nuestra mente?	5´

PROCESO • Construcción del nuevo aprendizaje.	• Se declara el tema • Se comunica el aprendizaje esperado I. LOS PENSAMIENTOS EN EL SER HUMANO a. Se relacionan con la conducta •¿Qué relación tienen nuestros pensamientos con lo que decimos y hacemos? “Porque de dentro, del corazón de los hombres, salen los malos pensamientos, los adulterios, las fornicaciones, los homicidios” (Marcos 7:21). Los pensamientos fisiológicamente, son simples chispas de la sinapsis en nuestro cerebro. Los pensamientos, nuestras convicciones más íntimas los expresamos en nuestras decisiones, discursos, acciones y conducta. Los actos pecaminosos están precedidos por pensamientos específicos. En la Biblia la expresión “El corazón” (frase idiomática para referirse a la mente) generalmente se usa como asiento de diversas actitudes, emociones y la inteligencia. Ej. El endurecimiento del corazón de Faraón (Ex. 8:32) indicaba una actitud de rebeldía contra Dios. La "sencillez de... corazón" del rey Abimelec (Génesis 20:5) expresaba la honestidad de intención. Expresiones como "sabio de corazón" (Proverbios 10:8) y "cavilaban en sus corazones" (Marcos 2:6) muestran que se atribuía al corazón el asiento de la inteligencia Pablo muestra que la mente y la conducta están íntimamente vinculadas (Rom. 8: 5-8). La mente llena del Espíritu hará buenas obras, y la mente dominada por el pecado producirá actos pecaminosos. No es suficiente cambiar la conducta por conveniencia o para presentar una cara justa ante el mundo. El corazón (la mente) necesita ser transformado; de otro modo, los frutos, oportunamente, mostrarán la verdadera naturaleza del corazón. “Necesitamos un constante sentido del poder ennoblecedor de los pensamientos puros. Pongamos nuestros pensamientos en cosas santas, que sean puras y verdaderas; pues la única seguridad, para cualquier alma, es el pensamiento correcto” (*Signs of the Times*, 23 de agosto de 1905). b. Se relacionan con los estados de ánimo •En Iconio ¿Qué acciones de los judíos dividieron a la iglesia? “Más los judíos que fueron incrédulos, incitaron y corrompieron los ánimos de los gentiles contra los hermanos” (Hechos 14:2; RV2000). Aquí no sólo se refiere a la mala voluntad (judíos inducidos por los celos, Hch 13:45) que se creó en contra de los hermanos (se dividió la iglesia, Hechos 14:4), sino también al daño que se hizo en la mente de aquellos en quienes se suscitaron malos pensamientos. Es importante saber que las personas pueden sufrir seriamente por causa de sus pensamientos negativos. Además, podemos afectar adversamente el pensamiento de otros, si les expresamos nuestro negativismo. Las palabras son herramientas poderosas, ya sea para el bien o para el mal. Nuestras palabras edifican o destruyen. Hay vida y muerte en las palabras que proferimos. Cuán cuidadosos debemos ser con los pensamientos y los sentimientos que salen de nuestras bocas. “Si no os sentís de buen ánimo y alegres, no habléis de ello. No arrojéis sombra sobre la vida de los demás. Una religión fría y desolada no	25´

atrae nunca almas a Cristo. Las aparta de él para empujarlas a las redes que Satanás tendió ante los pies de los descarriados" (*El ministerio de curación*, p. 388).

II. DIOS QUIERE RENOVAR NUESTROS PENSAMIENTOS

a. Al morar su Espíritu en nosotros

- ¿Cómo quiere Dios cambiar nuestros pensamientos y sentimientos?

"Y pondré dentro de vosotros mi Espíritu, y haré que andéis en mis estatutos, y guardéis mis preceptos, y los pongáis por obra" (Ezequiel 36:27).

Sólo Dios conoce realmente el corazón (1 Reyes 8:39). Tiene acceso a la intimidad de nuestra actividad mental, ya sean nuestras intenciones o nuestros anhelos secretos. Nada, ni un pensamiento pasajero, puede ser escondido del Creador.

Dios se interesa en las cosas que afectan al hombre, se preocupa y quiere el bienestar humano "Y os daré corazón nuevo, y pondré espíritu nuevo dentro de vosotros…" (Ezequiel 36:26. Desea que los hombres sepan que podemos depender de Jesús en momentos difíciles. (Judas 1:24).

Dios conoce los pensamientos, necesidades del hombre, cómo cambiar los pensamientos negativos, cómo crear en el hombre "un corazón nuevo" (mente limpia) y cómo renovar "un espíritu recto" (pensamiento recto) dentro de él. En ese sentido, cuando Cristo entra en el pensamiento del creyente es una salvaguarda contra la tentación y trae bendiciones espirituales.

III. LOS PENSAMIENTOS SON SALUDABLES

a. Al permitir ser guiados por Dios

- ¿Qué podemos hacer para que Dios guie nuestros pensamientos?

"…busquen las cosas de arriba, donde está Cristo sentado a la derecha de Dios. Concentren su atención en las cosas de arriba, no en las de la tierra" (Colosenses 3:2).

El único que puede obrar el bien en nosotros al gobernar nuestros pensamientos es Jesucristo: "Y la paz de Dios gobierne en vuestros corazones" (Colosenses 3:15). Las expresiones tales como "buscad", "poned la mira", "vestíos de amor", "la paz de Dios", "la palabra de Cristo" (Colosenses 3:1-15) indican que evitar el pecado y adquirir la virtud es un asunto de elección y preparación. Dado que nuestra mente es el núcleo de nuestra existencia, necesita ser cuidada por Jesús. Las tendencias pecaminosas y el ambiente corrupto actúan contra la pureza del pensamiento. Pero el Señor ayuda y protege a todos los que lo quieren y abren su corazón (Apocalipsis 3:20). "Si nuestros pensamientos permanecen en Dios, serán guiados por el amor y el poder divinos" (*Mente, carácter y personalidad*, tomo 2, p. 696)

b. Al tener hábitos saludables

- ¿Qué hábitos podemos cultivar para tener pensamientos saludables?

"Por lo demás, hermanos, todo lo que es verdadero, todo lo honesto, todo lo justo, todo lo puro, todo lo amable, todo lo que es de buen nombre; si hay virtud alguna, si algo digno de alabanza, en esto pensad" (Filipenses 4:8).

Recordar, repetir, pensar y meditar en la Biblia es una gran bendición espiritual, y una manera de cultivar lo que Pedro llamó "limpio entendimiento" ("mente íntegra", NVI) 2 Pedro 3:1, 2.

La oración es otra manera de evitar dificultades para la mente. Mientras hablamos con Dios, hay poca probabilidad de que pensamientos egoístas, lujuriosos u otros llenen nuestra mente. Tener hábitos de oración es una protección segura contra pensamientos pecaminosos y,

<table>
<tr><td>Sistematización</td><td><u>en consecuencia, acciones pecaminosas.</u>
A Dios le interesan nuestros pensamientos, porque impactan en nuestras palabras, actos y bienestar general. Dios quiere que tengamos pensamientos buenos, porque ellos son “pensamientos saludables”, y nos hacen bien, tanto física como mentalmente. <u>Las buenas nuevas son que, por la meditación en la Biblia, por la oración y por las elecciones inspiradas por el Espíritu, podremos mantener nuestras mentes y nuestros corazones en cosas que nos elevarán a nosotros y a otros también.</u>

• Se construye el mapa mental con los alumnos (En un papel, cartulina, pizarrín, etc.)

LOS PENSAMIENTOS
En el… Ser humano
Se… Relacionan con la conducta
Se… Relacionan con los ánimos
Los… Renueva Dios
A través de… Su presencia
Son… Saludables
Al ser… Guiados por Dios
Al tener… Hábitos saludables
En conclusión…
• Los pensamientos se relacionan con la conducta y estados de ánimo
• Podemos renovar nuestros pensamientos al ser guiados por Dios y tener hábitos saludables</td><td></td></tr>
<tr><td>SALIDA
• Evaluación
• Meta cognición
• Extensión</td><td>• ¿Cómo afectan los pensamientos en el ser humano? Explícalos
• ¿Qué hemos aprendido hoy? ¿Para qué nos servirá lo aprendido?

• Piensa en algunos cambios específicos que podrías hacer esta semana para enfocar tus pensamientos en aquello que te lleve más cerca a Dios</td><td>10´</td></tr>
</table>

Alfredo Padilla Chávez
Universidad Peruana Unión
LIMA - PERÚ
https://gramadal.wordpress.com
www.escuelasabaticavirtual.tk